**I CONGRESSO BRASILEIRO DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA**

A IMPORTÂNCIA DA FISIOTERAPIA NO TRATAMENTO DA DIÁSTASE DO MÚSCULO RETO ABDOMINAL: REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

**Laura Rosa Furtado Neves Kovalski**

Pós-graduada em Fisioterapia Pélvica e Saúde da Mulher pelo Instituto de Ensino Superior Blauro Cardoso de Mattos, Manaus - AM.

**Deynner Castro da Costa**

 Pós-graduado em Fisioterapia Neurofuncional pelo Instituto de Ensino Superior Blauro Cardoso de Mattos, Manaus - AM.

**INTRODUÇÃO:** O afastamento dos músculos abdominais é denominado de diástase. A separação dos músculos retos abdominais ao longo da linha alba ocorre com frequência na gestação, principalmente no terceiro trimestre, após o parto e durante as primeiras semanas do puerpério. A fisioterapia pélvica é considerada uma área recente em ascensão que utiliza recursos terapêuticos para prevenir ou tratar disfunções na gestação, parto e pós-parto. É fundamental para propiciar uma qualidade de vida no sexo feminino. **OBJETIVO OU OBJETIVOS:** Analisar a eficácia da fisioterapia no tratamento da diástase do músculo reto abdominal. **METODOLOGIA OU MÉTODOS:** É uma revisão bibliográfica de caráter descritivo realizada por meio de publicações científicas no Scientific Eletronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (Bireme), Publisher Medline (PubMed), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Literatura latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). A pesquisa foi realizada mediante a utilização do cruzamento dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS): ‘’Fisioterapia’’, ‘Abdômen’’, ‘’Gestante’’e ‘’Diástate’’. Utilizando o operador booleano AND. Os critérios de inclusão foram: artigos disponíveis na íntegra apresentando relação com a temática, bem como publicações em português e inglês. Como critérios de exclusão foram definidos: artigos duplicados, as publicações não decorrentes de pesquisa científica como editoriais, relato de experiências ou artigos sem relação com o tema. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Resultou-se na seleção de 32 artigos, contudo apenas 12 entraram neste estudo específico ao tema para os resultados. A atuação do fisioterapeuta na prevenção e no tratamento na diástase dos músculos retos abdominais é fundamental, pois essa disfunção pode gerar quadros álgicos no assoalho pélvico, dores na lombar e fraqueza abdominal. Além da reabilitação desta disfunção muscular, a restauração da imagem corporal por meio da fisioterapia pévica tem apontado resultados satisfatórios e seguro para estas pacientes.  **CONCLUSÃO OU CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Pode-se constatar que a intervenção fisioterapêutica é eficaz no fortalecimento da musculatura abdominal e na redução da diástase abdominal. Esta diástase dos músculos retos abdominais ocorre após cada atendimento, contribuindo positivamente na melhora da qualidade de vida destas mulheres. Dentre as abordagens fisioterapêuticas utilizadas pelos profissionais, pode-se destacar: o fortalecimento de transversos, a eletroestimulação neuromuscular, a isometria abdominal associados à respiração diafragmática e contração dos músculos do assoalho pélvico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Fisioterapia; Abdômen; Gestante; Diástase.

**REFERÊNCIAS**

CAMILO, I. R.; SILVA, P.; MATA, T. B.; et al. Estimulação elétrica neuromuscular na diástase, flacidez e trofismo da musculatura abdominal: uma revisão sistemática. **Revista Saúde**. v. 16, n. 3, p. 1894-1900, 2020.

CORRÊA, D. G. S.; FURLANETTO, M. P. Reabilitação abdominal no pós-parto. **Revista** **Fisioterapia Brasil**. v. 21, n. 3, p. 1-10, 2020.

VASCONCELOS, E. H.; OLIVEIRA, I. R. S.; ALVES, I. K.; et al. A intervenção fisioterapêutica na diástase do reto abdominal. **Revista Saberes**. v. 6, n. 1, p. 1-13, 2017.